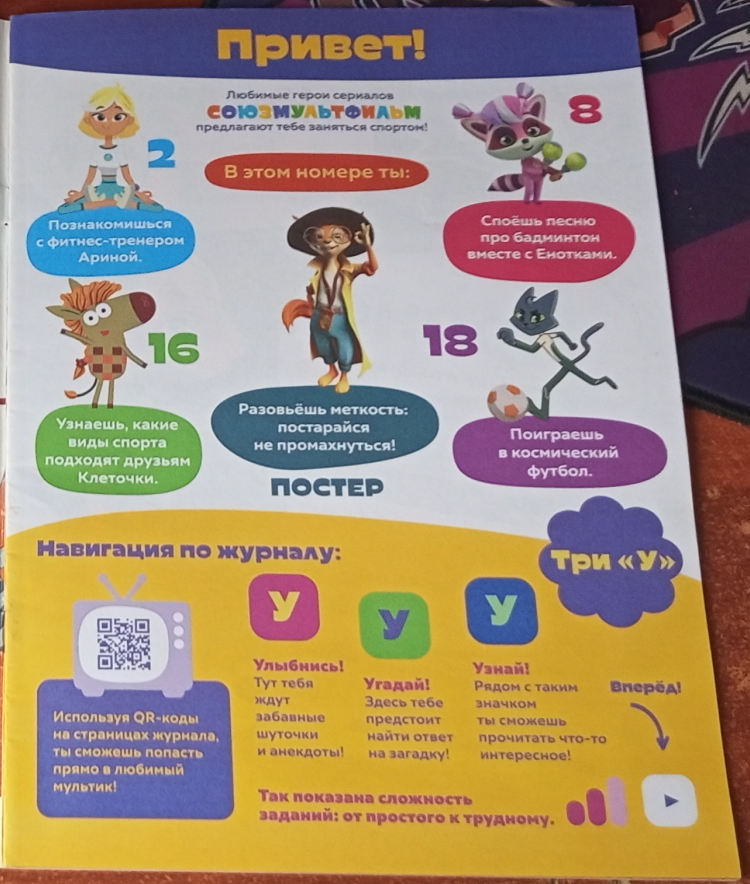
2026/02/05 16:31
Владивосток, Россия

Реклама 0+
Афиша
ПРОЕКТ KP.RU
НАВЕДИ КАМЕРУ И УЗНАЙ О САМЫХ ИНТЕРЕСНЫХ СОБЫТИЯХ МОСКВЫ
28.04.2023 - 01.10.2023
ВЫСТАВКА
110 ЛЕТ РОССИЙСКОЙ АНИМАЦИИ
СОЮЗ МУЛЬТФИЛЬМ
ЖИТЬ ДРУЖНО!
На ВДНХ открылась семейная выставка «Жить дружно!», посвященная 110-летию российской анимации. Экспозиция рассказывает историю отечественного мультпроизводства от его истоков до наших дней с использованием аудиосопровождения, мультимедиа и современных технологий.
ЖИТЬДРУЖНО.РФ
0+
Где и когда:
г. Москва, ВДНХ, павильон № 34 «Космонавтика и авиация», вход с тыльной стороны павильона, вторник-воскресенье, с 11:00 до 22:00
Что ждёт Вас на выставке?
250 подлинных экспонатов
>100 легендарных отечественных мультфильмов
Зал славы анимационных звезд
Фонтан дружбы с золотыми фигурами героев мультфильмов
БИЛЕТЫ
СБЕР
ökko
Planet9


Привет!
Любимые герои сериалов СОЮЗМУЛЬТФИЛЬМ предлагают тебе заняться спортом!
В этом номере ты:
2 Познакомишься с фитнес-тренером Ариной.
8 Споёшь песню про бадминтон вместе с Енотками.
16 Узнаешь, какие виды спорта подходят друзьям Клеточки.
18 Поиграешь в космический футбол.
Разовьёшь меткость: постарайся не промахнуться!
ПОСТЕР
Навигация по журналу:
Три «У»
Используя QR-коды на страницах журнала, ты сможешь попасть прямо в любимый мультик!
У Улыбнись! Тут тебя ждут забавные шуточки и анекдоты!
У Угадай! Здесь тебе предстоит найти ответ на загадку!
У Узнай! Рядом с таким значком ты сможешь прочитать что-то интересное!
Вперёд!
Так показана сложность заданий: от простого к трудному.

2026/02/05 16:32
Владивосток, Россия

2026/02/05 16:32
Владивосток, Россия

БЫСТРЕЕ ВЕТРА!

У кадетов космической академии есть спортивные суперсилы.

Зигги восхищен тем, каким быстрым может быть Сол. Кот способен бежать быстрее скорости света, поэтому тень не поспевает за ним. Найди правильную тень для каждого движения.

Ответ на стр. 24

Среди бегунов нет единого мнения, как ставить стопу во время бега – на пятку, переднюю часть стопы или на всю стопу. Попробуй бежать по-разному и выбери тот способ, который покажется тебе удобнее.

Пора проверить твои силы. Идите с другом на стадион или в парк и бегайте наперегонки. Сначала проверьте себя на короткой дистанции, а потом на длинной. Сколько кругов пробежать вокруг парка – решать вам.

Узнай!

У

Марафон – это бег на дистанцию 42 километра 195 метров. Самому старому человеку, пробежавшему марафон, было 100 лет.

Специалисты рекомендуют при беге пить каждые 15–20 минут. Найди на картинке все-превсе стаканы и сосчитай их.

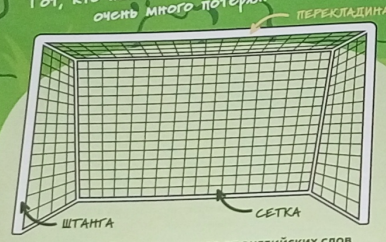
5

2026/02/05 16:32
Владивосток, Россия

Поиграй!

СТАНЬ ФУТБОЛИСТОМ!

Тот, кто никогда не играл в футбол, очень много потерял.



Слово «футбол» произошло от английских слов foot – «стопа» и ball – «мяч». Игроки бьют по мячу ногой и загоняют его в ворота. Иногда спортсмены отбивают мяч головой. Но обычным игрокам лучше так не делать, а то можно набить шишку.

КОЛЯ

ЛИСКА

У мяча есть покрышка, подкладка и камера. Покрышка классического футбольного мяча состоит из 12 пятиугольных и 20 шестиугольных панелей.
Раскрась все пятиугольники на этом мяче в чёрный цвет.

Ответ на стр. 24

Ты можешь играть с футбольным мячом в одиночку, чеканя его ногой или пытаясь забить его в ворота. Можно веселиться вдвоём – тогда один из игроков будет защищать ворота, а второй – нападать. Но веселее всего играть компанией, разбившись на команды.

РАЗГАДАЙ ЧАЙНВОРД!

Расставь все футбольные слова по местам. Одно слово должно начинаться на ту букву, на которую заканчивается другое.

1 Т
2
3
4
5
6

ИГРОК
ТРЕНЕР
СПОРТ
НАВЕС
КАПИТАН
РЕФЕРИ

СЕРЫЙ

2026/02/05 16:33
Владивосток, Россия

Спой!

БАДМИНТОН

Енотки занимаются разными видами спорта. Один из них – бадминтон. Для этой игры нужны ловкость, скорость и сноровка.

Угадай!

У

Две ракетки, поле, сетка, но не бадминтон. Вместо волан-чика – мячик. Какая это игра?

Ответ: теннис

1 Тебе понадобятся воланчик, ракетки и сетка. Но можно играть и без сетки.

2 Традиционно воланчики делают из пробковой головки и белых гусиных перьев, связанных ниткой.

3 Современные воланчики пластиковые, их также делают белыми.

ПЕСЕНКА

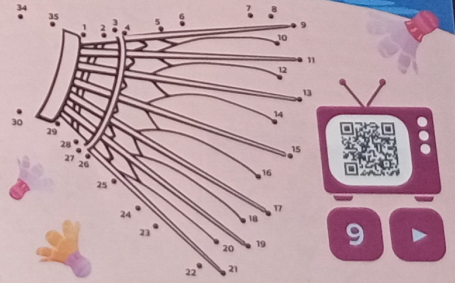
Это что за странный звук?
Тюк-тюк-тюк!
К нам сюда донёсся вдруг.
Тук-тук-тук!
Так стучат о крышу ветки?
Нет-нет-нет!
О воланчики ракетки!
Вот ответ!

Нам на месте не сидится!
Вот беда!
Нам ракетка пригодится!
Да-да-да!
Чтоб стучать по потолку?
Нет-нет-нет!
Чтоб просеивать муку?
Вот ответ!

Побренчим как на гитаре:
Трам-пам-пам!
И воланчик превратится
В наш вигвам.
Летом, если жарко спать,
Эх, жара!
Можно ими помахать!
Ура-ура!

ПРИПЕВ: Солнце, лето, стадион!
Поиграем в бадминтон!
Воланчик – раз, ракетки – два!
Вместе весело всегда!

3 Цвет головки указывает на скорость, с которой летает воланчик: зелёный – самый медленный, красный – самый быстрый, синий – средний. Воланчики для детских игр могут быть разноцветными.



Обведи воланчик по цифрам и раскрась в такой цвет, какой тебе нравится.

2026/02/05 16:33
Владивосток, Россия

Проверь!

СУПЕРСИЛА

Ты знаешь, что Рой очень сильный. Он может легко поднять самые тяжёлые вещи. Кто ещё может справиться с таким весом?

Вид спорта, связанный с силой, называют **тяжёлой атлетикой.** Спортсмены поднимают над головой огромные штанги.

В лёгкой атлетике тоже есть дисциплины, для которых нужна большая сила. Это **метание молота** и **толкание ядра**. Вес молота и ядра более 7 килограммов для мужчин и 4 килограмма для женщин.

РОЙ

Можно заняться **культуризмом**: **бодибилдингом** или **атлетической гимнастикой**. Спортсмены занимаются на специальных тренажёрах, накачивая определённые группы мышц.

Тяжёлая атлетика направлена на подъём максимально тяжёлого веса, а **бодибилдинг** – на красивое развитие тела и наращивание мышц.

Фото: Wikipedia – Agência Brasil Fotografias, stu_spivack, Chrystal Smith (USAG Westsalen), Shih-Chung Chang

Рой может поднять любой из этих камней. Но они сделаны из разного материала, и поэтому некоторые из них могут быть большими, но лёгкими.

Расставь камни сначала по размеру, написав в первый квадратик цифры по возрастанию от 1 (самый маленький) до 6 (самый большой). А потом пронумеруй камни в зависимости от тяжести, написав во вторых квадратиках цифры от 1 до 6 (по возрастанию веса).

А

300 КИЛОГРАММОВ

Б

800 ГРАММОВ

В

2 КИЛОГРАММА

Г

1 ТОННА

Д

100 КИЛОГРАММОВ

Е

20 КИЛОГРАММОВ

ПОДСКАЗКА: В ОДНОЙ ТОННЕ 1000 КИЛОГРАММОВ, В ОДНОМ КИЛОГРАММЕ 1000 ГРАММОВ.

ВАЖНО! ТЯЖЁЛАЯ АТЛЕТИКА – ТРАВМООПАСНЫЙ ВИД СПОРТА. ПОЭТОМУ ЗАНИМАТЬСЯ ИМ МОЖНО ТОЛЬКО С ОПЫТНЫМ ИНСТРУКТОРОМ.

ЗИГГИ

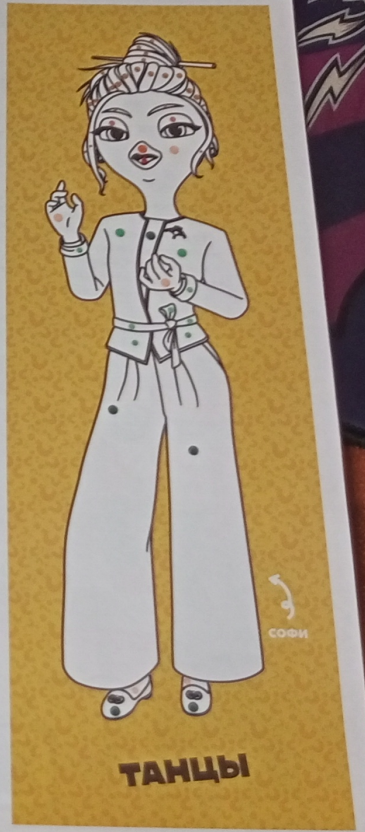
Ответ на стр. 24.

2026/02/05 16:33
Владивосток, Россия

Постер-раскраска

СПОРТ – ЭТО ЗДОРОВО!

Раскрась всех и повесь постер на стену для спортивного вдохновения.



2026/02/05 16:34
Владивосток, Россия

Попробуй!

Настольные игры

Шашки и шахматы – настоящие виды спорта с турнирами и званиями. Умение проанализировать и предсказать развитие партии – очень полезный навык.

Фил любит играть в шашки и даже участвовал в соревнованиях по ним. Но он не знает, как выиграть. И тут на помощь пришла Софи. Догадайся, как пойдёт Софи, чтобы выиграть партию в два хода: она играет белыми, сейчас её ход.

ПОДСКАЗКА: шашки ходят и едят по диагонали. Ходят на одну клетку, едят, перепрыгивая фишки противника. Игрок обязан съесть шашку противника, когда у него появится такая возможность. Если твоя фишка может съесть несколько шашек противника за один ход, надо это сделать.

Ответ на стр. 24

Шахматы – интеллектуальная игра для двоих, и, конечно, Софи справится и с ней. Познакомься с фигурами!

КОРОЛЬ
Если эту фигуру съедят, партия закончится. Ходит в любую сторону, но на одну клетку (или на две при рокировке).

КОРОЛЕВА (ФЕРЗЬ)
Самая сильная фигура. Ходит в любую сторону на любое количество клеток.

СЛОН (ОФИЦЕР)
Ходит по диагонали.

Фото: pixabay / alisen Kar

КОНЬ
Ходит буквой Г. Может перепрыгивать через фигуры.

ЛАДЬЯ (ТУРА)
Ходит по прямой.

ПЕШКА
Ходит на одну клетку вперёд (или на две, делая свой первый ход). Ест по диагонали.

ПРАВИЛО:
когда фигура съедает другую, она встаёт на её место.

Дорисуй половинки фигур.

2026/02/05 16:34
Владивосток, Россия

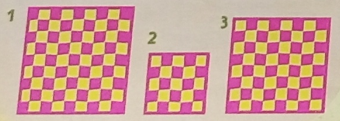
Подумай!

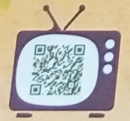
КАЖДОМУ СВОЁ

КАК ТЫ ДУМАЕШЬ, КАКОЙ ВИД СПОРТА НРАВИТСЯ КАЖДОМУ ИЗ ДРУЗЕЙ КЛЕТОЧКИ? ЧИТАЙ ДАЛЬШЕ, ЧТОБЫ ПРОВЕРИТЬ СВОИ ДОГАДКИ.

РОДИОН

Слон предпочитает интеллектуальные виды спорта, такие, как шахматы и шашки. У шахматной доски должно быть восемь клеточек по вертикали и восемь по горизонтали. Найди такую доску.





КЛЕТОЧКА

Конечно же, Клеточка обожает танцевать. Включи музыку и исполни динамичный танец.

Ответ на стр. 24

ЯНА

Обезьянка справится с лёгкой атлетикой. Прыжки в длину, прыжки в высоту с шестом и без, спортивная ходьба, бег с препятствиями и без.

Пронумеруй кусочки картинки так, чтобы они встали на свои места.

ПАША И ПЕТЯ

Страус победит в соревнованиях по бегу на длинные дистанции. А его маленькому брату нравится любая активность, например, он любит крутить обруч.

ПОЛЯ

Любит прыгать со скакалкой, танцевать в группе поддержки и кататься на сиреневых лыжах с голубыми колёсиками. А ещё ей нравится собирать цветы, только это почему-то не считается спортом.

ГОША

Для крокодила подойдут любые водные виды спорта. Обведи те, которыми хотелось бы заняться тебе.

2026/02/05 16:35
Владивосток, Россия

Поиграй!

КОСМИЧЕСКИЙ ФУТБОЛ

В космической академии проводятся разные мероприятия. Вот так выглядит космический футбол. Правда, он очень похож на наш? Пусть каждый из вас поставит фишку в свои ворота. Ходите по клеткам по часовой стрелке, выполняя задание. Когда игрок проходит ворота соперника – он забивает гол – закрашивай клеточку с надписью «ГОЛ!» в голубой цвет. Победит тот, кто первым забьёт три гола в чужие ворота.

ТЕБЕ ПОНАДОБЯТСЯ: ДВЕ ФИШКИ И ИГРАЛЬНЫЙ КУБИК.

ИГРА ДЛЯ ДВОИХ

РОЙ

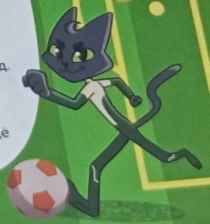
ВОРОТА РОЯ

ГОЛ! ГОЛ! ГОЛ!

- Пас вперёд – три шага вперёд.
- Пас назад – три шага назад.
- Офсайд – все должны вернуться на старт (никто ничего не забивает).
- Пенальти – по очереди кидайте кубик. У кого выпадет шесть, делает ещё один ход.
- Мяч перехвачен – пропусти ход.
- Угловой – ходи ещё раз.

СОЛ

ВОРОТА СОЛА



ГОЛ! ГОЛ! ГОЛ!

А теперь бери мяч и беги на улицу. Придумай ещё одну новую игру в мяч и название для неё.

2026/02/05 16:35
Владивосток, Россия

Тренируйся!

МЕЛКИЕ, НО ВАЖНЫЕ!

Мы очень много занимались разными спортивными активностями, наши мышцы укрепились и здоровье улучшилось. Но есть мышцы, про которые мы забыли. Пора исправляться!

МИМИКА

Наше лицо может выражать самые разные чувства. За это отвечают мимические мышцы лица. Меняй выражение лица вместе с Монсиками.

1. Скромно улыбнись, как Лола. А теперь удивись, как будто Блюм сделал тебе неожиданный подарок.

3. Высуни язык, как Пиля. А теперь пошевели им из стороны в сторону.

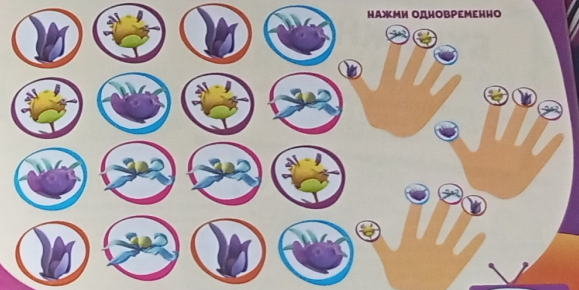
2. Расхохочись, как Саня. А теперь зажмурься и открой рот как можно шире, потому что это весело.

4. Засомневайся, как Рей. А теперь попробуй поднять другой уголок рта.

5. Испугайся, как Блюм. А теперь выдохни «Фуф!», потому что нет ничего страшного.

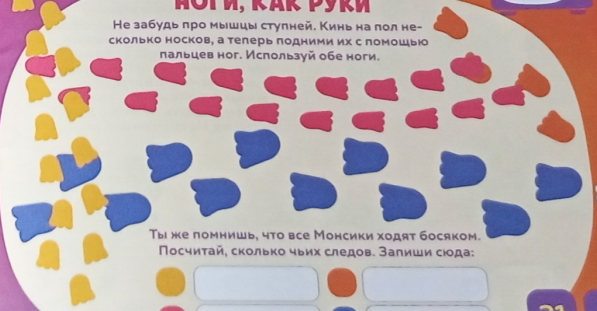
БОТАНИЧЕСКИЙ ТВИСТЕР

У кистей рук тоже есть мышцы. Перебирая крупу или собирая мелкие камушки, мы развиваем мелкую моторику. Вот игра для пальчиков. Нажми на несколько растений одновременно.



НОГИ, КАК РУКИ

Не забудь про мышцы ступней. Кинь на пол несколько носков, а теперь подними их с помощью пальцев ног. Используй обе ноги.



Ты же помнишь, что все Монсики ходят босяком. Посчитай, сколько чьих следов. Запиши сюда:

Ответ на стр. 24

2026/02/05 16:36
Владивосток, Россия

Поделка

БУМАЖНЫЕ РАЗВЛЕЧЕНИЯ

ДЛЯ ТОГО ЧТОБЫ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ СТАЛИ ЕЩЁ ВЕСЕЛЕЕ, СМАСТЕРИ ВОТ ТАКИЕ ПОДЕЛКИ.

НАКИНЬ КОЛЬЦО!

Приклей трубочку к кругу-основе. Сделай четыре кольца, вырезав дно у одноразовых бумажных тарелок. Поставь столбик и накидывай на него кольца.

ЯНА

БОУЛИНГ

Обклей шесть втулок от бумажных полотенец цветной бумагой. Утяжели дно, насыпав внутрь горстку фасоли. Расставь кегли, возьми теннисный мячик и сбивай их.

ЗАГОНИ В ЛУНКУ

Возьми обувную коробку. Приклей крышку ко дну коробки с наружной стороны. Проделай две дырки размером с шарик для пинг-понга. Положи шарик для пинг-понга в середину крышки, дуйте на него вместе с другом, пытаясь загнать в лунку соперника. Не столкнитесь лбами!

ПОНАДОБИТСЯ ПОМОЩЬ ВЗРОСЛЫХ!

КЛЕТОЧКА

ПОДПИШИСЬ НА ЖУРНАЛ

ЛЮБИМЫЕ ГЕРОИ

СОЮЗМУЛЬТФИЛЬМ

С ЛЮБОГО НОМЕРА
НА ЛЮБОЙ СРОК
НА САЙТЕ WWW.PODPISKA.POCHTA.RU
И В ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ
ПО ИНДЕКСУ ПК651

ВСЕГО ОТ 105 РУБЛЕЙ*

УСЛУГУ ОКАЗЫВАЕТ «ПОЧТА РОССИИ»

*Стоимость подписки зависит от тарифной зоны и способа доставки по каталогу «Почта России».

Указанная стоимость действительна для 1-й тарифной зоны «Почты России» при доставке до почтового ящика в 2025 году за один экземпляр журнала.

С информацией по стоимости подписки для других тарифных зон вы можете ознакомиться на сайте podpiska.pochta.ru по QR-коду справа.

2026/02/05 16:36
Владивосток, Россия

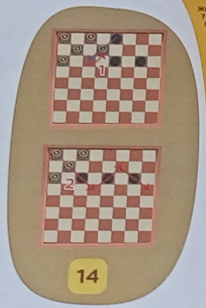
Ответы

А – гимнастика,
Б – бег,
В – йога,
Г – футбол.

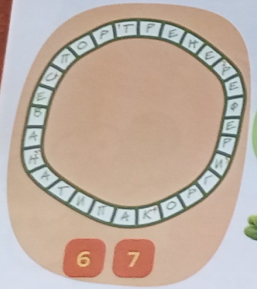
2 3

А – 3, Б – 4, В – 2, Г – 1.
8 разных стаканов.

4 5



14



6 7

Правильная доска 3.
1 – Д, 2 – Г, 3 – В, 4 – Б,
5 – Е, 6 – А.

16 17

А – 5, 5;
Б – 2, 1;
В – 6, 2;
Г – 1, 6;
Д – 3, 4;
Е – 4, 3.

24 11

Жёлтые следы – Саня – 14,
розовые следы – Лола – 18,
синие следы – Блюм – 12,
оранжевые следы – Рей – 4.

20 21

Журнал «Любимые герои» (Союзмультфильм)
7 (13) июль 2023.
Издание для досуга.
Для детей дошкольного возраста.
Текст предназначен для чтения взрослыми детям.
Периодичность 1 раз в месяц.
Издаётся с сентября 2016 года.

Журнал зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).
Свидетельство о регистрации СМИ ПИ № ФС 77-67239 от 30 сентября 2016 г.

Учредитель и издатель:
«Издательский дом «Лев».
Россия, 127006, г. Москва,
ул. Долгоруковская, д. 27, стр. 1,
этаж 3, пом. 1, комн. 13.
Адрес редакции: Россия, 119071,
г. Москва, 2-й Донской пр-д, д. 4.
Электронный адрес: info@leobooks.ru
с пометкой «Союзмультфильм».

Главный редактор периодических изданий:
Ольга Святославовна Мареева.

Арт-директор периодических изданий **Ольга Скорупская.**

Главный редактор журнала:
Мария Евгеньевна Ашкинина.

Дизайнер журнала:
Галина Бачерикова.

Корректор: **Екатерина Перфильева.**

Отпечатано в типографии
ООО «Типографский комплекс
"Девиз"» 195027, г. Санкт-Петербург,
ул. Якорная, д. 10, корпус 2, литера А,
помещение 44.
Печать офсетная.
Бумага мелованная.
Заказ № 3508/1
Тираж: 19 000 экз.
Подписано в печать: 05.07.2023.
Дата печати (производства): 07.2023.
Дата выхода в свет: 18.07.2023.
Цена свободная.

Распространение в Республике Беларусь:
ООО «ЮНИЛАЙН-БЕЛ» 220125,
Республика Беларусь, г. Минск, пр-т Независимости 177Б оф. 34
Тел./факс +375-17-394-8-111

Размещение рекламы:
Тел. +7 (495) 107-99-00.
Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов.

Все права защищены.
ООО «СМФ» по лицензии
© АО «Киностудия «Союзмультфильм»
© ООО «СМФ»
© «Издательский дом «Лев», 2023.
Любое воспроизведение материалов журнала в печатных изданиях и в сети Интернет допускается только с письменного разрешения редакции.

ЕАС

ЛЕВ

Наша страница @LevPublishing
Присоединяйтесь!

СПОРТ... В КУБЕ!

ПОЗОВИ ДРУЗЕЙ, ЧТОБЫ УСТРОИТЬ ВЕСЁЛЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ.

Соревнуйся!

ТЕБЕ ПОНАДОБЯТСЯ:
* НОЖНИЦЫ С ЗАКРУГЛЁННЫМИ КОНЧИКАМИ * КЛЕЙ * БУМАГА И КАРАНДАШ

ВЫРЕЖИ КУБИК ПО ПУНКТИРНЫМ ЛИНИЯМ, СЛОЖИ ПО СИНИМ ЛИНИЯМ, СКЛЕЙ.

ПОПРОСИ ПОМОЩИ У ВЗРОСЛЫХ!

ИГРАЙ ТАК:

1. Сядьте в круг. По очереди бросайте кубик и выполняйте выпавшее задание.
2. За хорошо выполненное задание игрок получает 3 балла. За задание, выполненное с ошибками, – 2 балла. За неудачную попытку выполнить задание – 1 балл. За невыполненное задание – 0 баллов.
3. Каждый должен бросить кубик 12 раз.
4. Победит тот, кто наберёт больше баллов. Можно усложнить задание, завязав игрокам глаза.

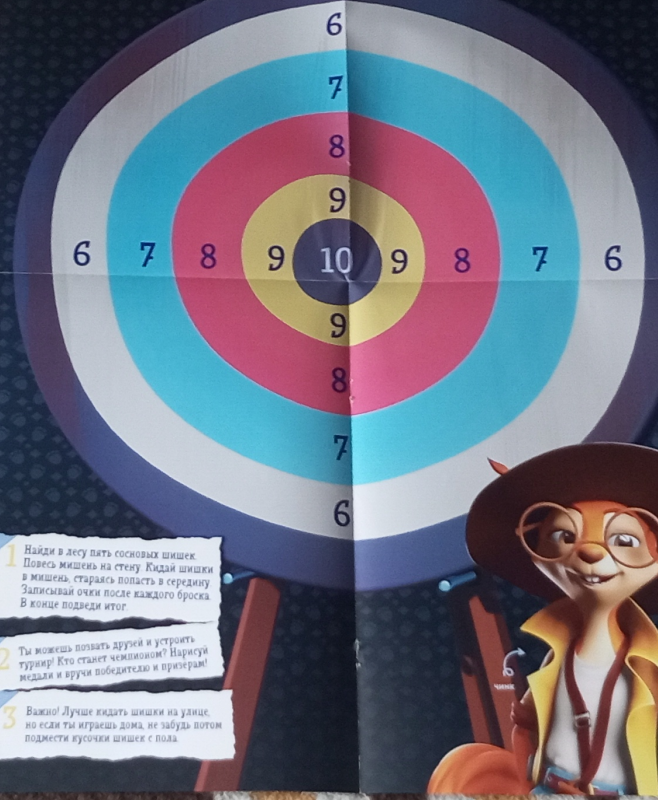
2026/02/05 16:36
Владивосток, Россия

2026/02/05 16:36
Владивосток, Россия

2026/02/05 16:37
Владивосток, Россия

Турнир по метанию шишек

Один раз Чинк перепутал чемпионат по шашкам с соревнованиями по метанию шишек, но оказалось, что кидать шишки в мишень – весёлое занятие. Попробуй и ты!



1. Найди в лесу пять сосновых шишек. Повесь мишень на стену. Кидай шишки в мишень, стараясь попасть в середину. Записывай очки после каждого броска. В конце подведи итог.

2. Ты можешь позвать друзей и устроить турнир! Кто станет чемпионом? Нарисуй медали и вручи победителю и призерам!

3. Важно! Лучше кидать шишки на улице, но если ты играешь дома, не забудь потом подмести кусочки шишек с пола.

2026/02/05 16:
Владивосток, Россия